想要获取更多资源吗?

点击上方图片，即可进入修行资料中心，探索浩如烟海的佛经经典、禅修指南、开示讲记以及实修方法等珍贵内容。这里汇集了助您精进修行的各类资源，无论您是初学者还是资深修行者，都能在此找到滋养法身慧命的甘露法雨，开启智慧，增长福德，成就菩提！

佛祖道影白話解（一）西天歷代祖師

上虛下雲老和尚集?上宣下化老和尚講述

二十一祖婆修盤頭尊者

尊者，羅閱城人。一食不臥，六時禮佛，為眾所歸。二十祖至彼，問其眾曰：「此頭陀能修梵行，可得佛道乎？」眾曰：「我師精進，何故不可？」祖曰：「汝師與道遠矣！」眾曰：「尊者蘊何德行，而譏我師？」祖曰：「我不求道，亦不顛倒。我不禮佛，亦不輕慢。我不長坐，亦不懈怠。我不一食，亦不雜食。心無所希，名之曰道。」尊者聞已，發無漏智，祖乃付法。後至那提國，得摩拏羅，即踴身高半由旬，屹然而住。四眾仰瞻虔請，復坐，跏趺而逝。

贊曰

無漏智通　白日說夢　玉蘊荊山　珠含老蚌
光透重重　賢者不重　繼起慧燈　天驚地動

或說偈曰　◎宣公上人作

一食不臥真精進　萬慮皆空大導師
我則不求除顛倒　汝應破執離狂傲
勤修無漏道種智　捨棄有為功德超
如是心印傳祖意　西天東土步步高

白話解

今天這一段文，各位要特別注意！為什麼？今天這一段文很容易被口頭禪的人盜用來騙人，所以你們要知道，第二十代的祖師和第二十一代的祖師，所互相問答的詞句、言語，他們的用意在什麼地方？不是說我們也學會了這樣講話，就可以去騙騙人，冒充祖師；這是不可以的。要真正夠資格，才可以這樣講話；不夠資格，是不可以這樣講話的。怎麼樣叫夠資格呢？他是傳佛心印，荷擔如來家業的人。如果不是荷擔如來家業的人，那麼絕對不可以這樣講話。

尊者，羅閱城人：這位是西天的第二十一代的祖師──婆修盤頭尊者，他是印度羅閱城的人。

一食不臥：這一位尊者，他在沒有遇著第二十代祖師之前，就一天吃一餐；不臥，也常坐不臥，就是「不倒單」。有的人誤會說「不倒單」就是「不睡覺」，這不是的；不倒單不是不睡覺，是「坐著睡」。人不睡覺是不容易的，所以不要混淆不清。有很多語焉不詳的人，或者食而不知其味的人，或者囫圇吞棗的人，都以為「不倒單」就是不睡覺，這根本就沒有明白「不倒單」的意思。你要知道，人就是人，你若說不睡覺，這是辦不到的事情。吃飯、睡覺、穿衣服，這三種是日用所不可少的，無論哪一個人都需要的；所以說「不倒單」是「不睡覺」，這是以訛傳訛，是絕對錯誤的。

那麼我在臺灣還聽見有人批評水果和尚（廣欽老和尚），批評什麼呢？說：「哎呀！」這第一聲「哎呀！」我說：「怎麼了？」「他吃粥了！」說水果和尚現在吃粥了。這個意思就是怎麼樣呢？說水果和尚現在吃粥，這就犯了瀰天大罪了，破戒了、開齋了、墮落了，意思就是這樣。

其實這是很平常的一件事，他那麼大年紀，吃粥了，這是很應該的。他就是吃粥、不吃粥，也是他自己的事情，旁人沒有權利干涉他這個問題。他吃飯和不吃飯，都是他自己的願力，並不是說佛的戒律不准人吃飯、不准人吃粥，沒有這個道理的。沒這個道理，為什麼人大驚小怪地就來批評他不對了呢？這就因為「習焉不察便成風」。人都習慣知道他吃水果的，那麼現在一吃了粥，這可就有罪了，認為這是比殺人、放火、去打劫所犯的罪還大了！甚至於偷偷地和我講：「可不要叫旁人知道啊！」你看！為什麼就這樣？就因為「習焉不察便成風」，也不知道這個所以然，也不知道修行應該怎麼樣修行，也不知道他吃粥是自己的本份。

他既然是個人，他就有吃飯的資格、有喝粥的資格。那麼自己若不願意吃飯、不願意喝粥，那是他自己的事情！你旁人沒有權力來干涉他，說你不可以吃飯、你不可以吃粥；這就是因為不懂佛法，所以亂加批評。

又說這個水果和尚是個「啞羊僧」，不會講經，他什麼也不會講；就這樣子批評他。這更是不懂佛法！真正的說法的人，不需要用口來說，「以行於世，示之而已」，以他的行為來表現。他的行為，就是說法；他的思想和作風，就是在那兒說法呢！這叫「處無為之事，行不言之教

，萬物作焉而不辭，生而不有，為而不恃，功而弗居。」這是聖人才能做到的事情，可是凡夫不認識，就妄加批評、妄加推測，你說多麼可憐呢！

所以「常坐不臥」，並不是不睡覺，各位要注意！「一食」，就一天只吃一餐。為什麼要吃一食呢？因為當初佛在世的時候，所有的比丘都吃一餐，所謂「日中一食，樹下一宿，慎勿再矣！」又要去世資財，世間的私財都不要了，這樣才是一個真正沒有貪心的人，真正修行的人。所以我們出家之後，絕對不要把錢看得重要了！要看金錢像糞土一樣，很邋遢的；不要一天到晚作發財的夢、作錢的夢，在那兒念茲在茲：「天命之謂錢，率性之謂錢，修道之謂錢；錢也者，不可須臾離也。」啊，不要這樣子！

六時禮佛：這位婆修盤頭尊者白天也拜佛，晚間也拜佛；晝三時拜佛，夜三時拜佛。為什麼他吃一餐呢？就因為拜佛，沒有時間吃飯了，所以吃一餐；為什麼他不臥呢？也因為拜佛，沒有時間躺著了。這是我給他下的註解，你若不信，你把他請出來問一問，是不是這麼回事？為眾所歸：他這樣用功、這樣修行，大家都知道他也吃一餐，又常坐不臥，又六時禮佛，所以大家都很讚歎他，對這位老修行，佩服得五體投地。

二十祖至彼：偏偏就來了行家！他在這兒這麼樣用功修道，就來了作家──就來了善知識！至彼，到這地方。到這地方怎麼樣呢？問其眾曰：來問他這些徒眾。為什麼他要像下面這樣來問他們呢？因為第二十代祖師，知道這一位就是應該做第二十一代祖師的，所以要破他的執著。為了破他的執著，就先對他這一些信眾講：「此頭陀能修梵行，可得佛道乎？」頭陀，因為他日中一食，常坐不臥，又六時禮佛，行這頭陀行。梵行，就是清淨行的人。二十祖說：「這一位行抖擻的頭陀行的人，他能得到佛道嗎？他會不會成佛呢？」這樣問問他這些徒眾、信眾。

眾曰：我師精進，何故不可？這些個信眾因為對他很崇拜、很恭敬的，所以二十祖這麼樣一說，大家就說了：「我的師父這麼樣精進，是吃一餐，又常坐不臥，又晝夜六時都來拜佛。這樣朝也精進、夜又精進，身也精進、心也精進，晝夜六時常精進；身心性命都是不休息的，豁出性命也不休息的，這樣修行，什麼不能得？什麼都可以得到！」

祖曰：汝師與道遠矣！第二十祖一聽，就說了：「你們的師父離佛道還遠得很，還差得十萬八千里啊！」

眾曰：尊者蘊何德行，而譏我師？他這些徒眾一聽，就很不佩服了；就說：「尊者，你有什麼德行？你身上蘊藏著什麼道德啊？你有什麼資格來批評我師父啊？你譏諷我師父，看不起我師父，你有什麼資格，你有什麼德行呢？」譏，是譏諷，就是看不起。翻譯成白話就是：「你有什麼道德？你看不起我師父啊？你看不起我師父！你敢譏諷我師父！」

祖曰：我不求道。二十祖就說了：「我不求道了。」若是永嘉大師所說的那個「絕學無為閒道人」了，這才可以說「我不求道」；如果不是閒道人，不是證果的人，不是真正荷擔如來家業的人，沒有資格說我不求道了，我是無修無證了。所以說：「供養十方三世諸佛，也不如供養一個無修無證者。」無修無證者，才可以說「我不求道」。亦不顛倒：我不求道是不求道，可是我不會見著財，就變了財迷；見著色，就變了色迷；見著氣，就變了氣迷；見著酒，就變成個酒迷；我都不會被這四種酒色財氣所迷了！

我不禮佛：我不常常地拜佛。不禮佛，不是說見著佛不叩頭，不是這樣的！這是說我不是六時來禮佛。你們各位要清楚這個文！這個文說「我不禮佛」，不要就以為：「哦！這個二十祖都不拜佛了，你叫我拜什麼？拜泥巴、木頭？」不是這樣的。「我不禮佛」，是說我不是在六時之中都拜佛。亦不輕慢：可是我也不生輕慢的心，我也不看不起哪一位，我看一切眾生皆有佛性，皆堪作佛。這個註解要注意的，就在這個地方。你不要看著這個文，心想：「嘿！二十祖都不拜佛的，這三步一拜，一點用也沒有啊！」不是這麼回事啊！

我不長坐：我是願意坐著，就坐著；願意躺著，就躺著。亦不懈怠：可是我不會常常躺到那個地方，就懶惰得不得了；甚至於吃飯，也是因為肚子餓、肚子不答應；肚子若答應，我連飯都不願意吃了！懶得這個樣子。不是這個樣子！這是說我雖然不是在那裏長坐不臥，但是我也不會懈怠。

我不一食：我不一定吃一餐，亦不雜食：可是我也不多吃，不吃點這個、那個，甚至有五六樣、或者七八樣、十幾樣的東西在那地方吃。好像我們中午吃飯的時候，你把眼睛睜得大大的，比牛眼睛都大，一到這兒：「哦，這個味道一定好，我拿多一點；哦，這個味道不好，我不要這個！」不選擇、不分別、不雜食，有什麼，就吃什麼，我不亂吃。我不想：「喔！這個味道一定是很不錯的，我試一試！」不是這樣的，心裏沒有這個分別。雜食，是好吃的東西；不雜食，就是不撿選好吃的東西來吃。

心無所希：我心裏沒有一個「所希」。這個「希」，就是希望，也就是求；無所希，就是沒有一個要希望、要求的東西。名之曰道：這就是道了！

尊者聞已，發無漏智：第二十一祖在旁邊也聽見了；因為二十祖不是直接對他講的，而是對他那些信徒、徒眾、崇拜者說的。這若是「我相」很重的人，一聽見這些話：「哎！你現在要挑撥離間，令我的徒弟都不相信我了？好東西！我打你一頓！」無明火就發出來了。他不是這樣子的！

修行要真正、實實在在地修行，不是馬馬虎虎。不是我拜拜佛、裝模作樣的；我吃一餐，掛一個修行的招牌在這兒：「你們知道嗎？我是一天吃一餐的！你們知道嗎？我是長坐不臥的！你們知道嗎？我一天到晚都拜佛的！」盡敲鑼打鼓，到街上去賣修行的招牌；所以招來很多信徒到這地方來：「這個人是老修行啊
！你真是活佛、活菩薩啊！」叩頭頂禮，又三拜的；人說一拜，還不行，還要三拜！就因為好像見了真佛似的。修行不是這樣的，不是盡表示自己有修行、表示自己有道德，這樣才能得到「無漏智慧」。

這「無漏智慧」，是真要斷欲去愛，身心放下，什麼都沒有了；什麼都沒有了，也不求名了，也不求利了。再給你們講一個，沒有煩惱也是「無漏的智慧」。煩惱的根本，是從什麼地方來的？就是從你的「欲」那兒來的。你若沒有欲了，什麼煩惱都沒有了。為什麼你有煩惱？就是因為你欲沒有斷！你若斷欲了，就「性定魔伏朝朝樂，妄念不起處處安」，這是很清楚的。你要是真沒有欲了，就沒有煩惱了，就自在了！一自在，一切自在；一解脫，一切解脫；一無障礙，一切無障礙。就是在這個地方！這叫「無漏智」。

祖乃付法：第二十祖就傳心印的法門給二十一祖了（註1）。後至那提國，得摩拏羅：後來二十一祖到那提國，把心印法傳給摩拏羅尊者了，即踴身高半由旬，屹然而住：於是他就往上一踴、一竄，有幾十丈高。半由旬，一個大由旬是八十里，中由旬是六十里，小由旬是四十里；那麼就算四十里，都和現在飛機飛得差不多高。他這麼往上一飛，也沒有翅膀，就踴身虛空，到半由旬高的虛空去了，就在虛空那兒站著。四眾仰瞻，虔請，復坐，跏趺而逝：四眾都這麼抬著頭望著：「哎！奇怪了！奇怪了！」又虔誠地請他回來，大家說：「師父啊！你快回來啦！我還沒有明白佛法呢！我還需要學多一點佛法。」所以這位第二十一祖又坐起來，結上跏趺坐，就往生了。

贊曰

無漏智通，白日說夢：就得無漏的通了，也可以說漏盡通；漏盡通，就是斷欲了。你斷欲，才能謂之得漏盡通；你若沒有斷欲，就是還有頭髮那麼多的欲，那也談不到得到漏盡通了。「白日說夢」，這若對一般人來講，就好像是白天說夢似的，他根本就不懂。

玉蘊荊山，珠含老蚌：這塊寶玉就在荊山那個地方裏藏著；那顆珠子就在老的蚌殼裏頭，年頭越老的蚌，珠子就越亮、越大、越好。

光透重重，賢者不重：這老蚌珠的光，甚至於照得無所不照。「賢者不重」，可是雖然這樣，但是他還沒有真正的證果。所以二十祖到那兒去接引他，和他說了那麼多機鋒轉語的話。

繼起慧燈，天驚地動：繼續佛教的智慧之燈，這是驚天動地的一種大事，不是一般人所能想像的。

我有講錯的地方，請你們各位用你們的智慧來告訴我；我因為talking too much, so don't talk.（講太多了，所以不講了。）

或說偈曰

我寫這首偈頌，你們記不記得沒有什麼關係；因為這是我搜索枯腸，勉強寫出來的，我自己也知道很醜的。不過雖然醜陋，還是那一句話：「拋磚引玉！」希望把你們最美好的詞句引出來，將來也讚歎歷代祖師、過去的諸佛。這首偈頌是這麼說的──

一食不臥真精進：這意思前面已經都講過了！這是真的很精進。但是你不要因為你精進，就生了一種貢高我慢的法執。不要生出這一種法執來，說：「我修行了，我怎麼樣拜佛，怎麼樣長坐不臥。」應該還是覺得其他人都比自己有修行；自己在修行裏邊，是最後的一個，也就是最不值得提起的一個，也就是最小的一個。你要這樣想，不生貢高我慢心，不要有驕傲心，以為這一食不臥，就有什麼了不起。沒有什麼了不起！你一有了「了不起」這個思想，就是大障礙，就是前功盡棄，把你什麼功德都沒有了！因為你只有一個「驕傲心」在裏頭。

萬慮皆空大導師：你若能萬慮皆空，什麼都不思不慮，「堪笑我心，如頑如鄙；人問所能，百無一會」，什麼也不會的。這麼樣子，就不識不知，無思無慮，萬慮皆空。「一念不生全體現，六根忽動被雲遮」，你若萬慮皆空，那麼盡虛空、遍法界都是悠游自在了！所以你若能萬慮皆空，這就可以做一個大導師；若不能空呢？那你就不夠這個資格。說：「我空了！」真的嗎？如果你空了，你怎麼還會自己說你空了？你若自己說你空了，那還是沒空的！你說「我萬慮皆空了」，那你還有這個「一慮」在裏頭呢！

我則不求除顛倒：二十祖就說：「我是不求道的，可是我不需要除顛倒。」這是一個講法。那麼有的人看這一句，就會這樣講：「我不求除顛倒，我不求沒有顛倒。」那就是要有顛倒了？不是的。那為什麼也可以這樣講：「我不求沒有顛倒，我不求把顛倒除去了；因為我無顛倒可除，所以不除了！」就是「不除妄想不求真」。「君不見！絕學無為閒道人，不除妄想不求真

；無明實性即佛性，幻化空身即法身。」無妄想可除，所以不需要除了；這是一個講法。我不求道，也不除妄想，就是到這種「無為、無不為」的境界。

汝應破執離狂傲：可是你們這一般學道的人，應該破除你的執著，破除你吃一餐的執著。說：「喔！那破執著，我就可以吃八餐吧？」又不是那麼講。說：「我不執著吃一餐了嘛！」，你雖然吃一餐，不要以為吃一餐有了什麼功德了，不要執著這個功德；你若一執著這功德，那就是「此處無銀三十兩」。說我沒有錢，但是有三十兩；這也就是賣廣告呢！

也不要說：「喔！我長坐不臥，你看！我一坐，就坐十個鐘頭。」這叫個什麼東西？坐十個鐘頭又有什麼？坐十個鐘頭，打十個鐘頭妄想：「我去吃大便去！試試大便什麼滋味？」那你坐二十個鐘頭，盡想吃大便，又有什麼用的？這個地方要深深地理會。有能坐十個鐘的，說：「我坐十個鐘頭，或者站十個鐘頭；或者我不吃飯，有七十二天、八十八天了。」這也是個執著嘛！要行所無事。

修行是要掃一切法，離一切相，不著相。「見相離相即菩提」，你能見相還離相了，這就是個覺道。什麼是覺道啊？佛教我們破執著，你執著吃一餐，執著長坐不臥，執著持銀錢戒，執著這個那個；一切一切都成了一種執著，那簡直是頭上安頭。

這「汝應破執離狂傲」，就是要你離開你的驕狂、傲慢的心。驕狂，就是看誰也看不起，「喔！天上、天下，唯我獨尊！」喝！你變成一切世間唯我獨尊。佛是天上天下唯我獨尊，說：「我啊！最低限度也是世間第一呢！世間、出世間，唯我獨尊。我是第一的！我是在西方最有修行的人！我是西方最用功的人！我是西方最能吃的人！」吃得最多，這有什麼用？吃得最多，拉得也最多，沒有什麼了不起的。說：「哎！法師，你講經講得這麼粗！」「粗言細語，皆歸第一義」，我會說的，不如你會聽的。你若會聽，我講得不好，你聽得也像蜜糖那麼甜；你若不會聽，我講得再好，你也聽得像糞土那樣，一點價值也沒有。所以我在這兒，是想起什麼就說什麼，想起天，就說天；想起地，就說地，沒有腹稿，沒有起草稿的。

勤修無漏道種智：勤修「無漏」這種的法門，要去欲斷愛。我們有所願意、不願意，這都是欲；我們有所求和無所求，這也都是欲。那「不求」還算「欲」嗎？你還有一個「不求」的欲呢！不求，要你沒有那種心，沒有一個「不求」的心，也沒有一個「求」的心；掃一切法，離一切相。所以要勤修，不可以懶惰的；你懶惰，就出毛病。所以要勤修道，勤修種種的智慧，無漏的智慧。

得到無漏的智慧，得到漏盡通，一切的習氣就都斷盡了！不會看這個也不對，那個也不好。

事事都好去　脾氣難化了
真能不生氣　就得無價寶
再能不怨人　事事都能好
煩惱永不生　怨孽從哪找
常瞅人不對　自己苦沒了

就在這個地方，你能不生氣，那就得無價寶了。你看人家不對，心裏就不高興了；心裏一不高興，那就是苦！你自己沒有快樂，那就是苦。「自性常生智慧」，你一看人不對，那就沒有智慧了；你若有智慧，不會看見人家都是
愚癡。為什麼你看見人家都愚癡呢？就因為自己不太聰明，所以看人人都愚癡。就好像你戴著綠的眼鏡，看人人都是綠的；你戴紅的眼鏡，看人都是紅色的；你戴黃色的眼鏡，看人都是黃色的。就看你內裏有什麼，外邊就現什麼；這個境界都是唯心所現，自性所招。不要說了！說得太多了，說到明天也說不完。那麼講什麼來著？你看我都忘了！哎！是的，講到「常瞅人不對，自己苦沒了」，要勤修無漏道種智。

捨棄有為功德超：有為的法，要捨棄了它，不要修有為法。「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀。」所以把它要放了，不要了它。如是心印傳祖意：這個就是心印法，就是傳佛心印。祖師意、西來意，就是──

大道一字無　誰也說不出
也沒留下樣　更沒畫出圖

你畫出圖，那都是罵人呢！說找一個樣子，那也真是頭上安頭。「大道一字無」，什麼也沒有。我告訴你們，就是那個「○」。你要是明白那個「○」了，什麼都明白了；你不明白那個「○」，就糊塗一輩子。說：「那個『○』是什麼也沒有，沒有個數目！」沒有數目，就是在那個地方！「無始無終、無內無外、無大無小、無上無下、無方無圓」。說：「我不信這個！」那我就不講了！所以這就是「祖師意」。祖師意，如是如是，就這樣子、就這樣子，沒有旁的。

西天東土步步高：你想修行，修佛法門，就步步要往上走。不是總向後轉，不是盡退失你的菩提心；要步步高，要往上走。所以說：「修行如登百尺竿，下來容易上去難。」

這個偈頌不知道是說得對不對？不過我不管！對，我也要這麼說；不對，還要這麼說！說完了，就把它忘記了！所以我希望你們也都不要記得是最好的。

──宣公上人?一九八一年八月二十九日講解

註1：二十祖付二十一祖之傳法偈?見《景德傳燈錄》與《指月錄》──

言下合無生　同於法界性

若能如是解　通達事理竟